



i nostri corsi

- » Cardiofitness
- » Body Building
- » Personal Training
- » Spinning
- » Body Pump
- » Step
- » Pila Fitness
- » Fitboxe
- » G.A.G.
- » G.A.S.
- » Stretching

NEWSLETTER

Desideri ricevere tutte le ultime novità e promozioni della **Palestra Gymnasia Fitness Center** di Rovigo?

Registrati gratuitamente al servizio newsletter.

« REGISTRATI SUBITO




3 MESI
 mensilità abbonamento open
139€
 ((COLLEGAMENTO WIFI GRATUITO))

Palestra GYMNASIA Fitness & Wellness Rovigo



Body Building

Il Body Building (o cultura fisica), è lo sport che tramite l'uso di pesi e un'alimentazione specifica si pone come fine ultimo...

« CLICCA QUI MAGGIORI INFO



Cardiofitness

Con il cardiofitness aumentiamo la resistenza, condizioniamo l'organismo per

Gymnasia Fitness Center... oltre il concetto di Fitness:

- » Corsi di Cardiofitness
- » Corsi di Spinning
- » Corsi di Body Building
- » Corsi di Pila Fitness
- » Corsi di Step





YOSEIKAN BUDO

TUTTI I LUNEDÌ E MERCOLEDÌ
DALLE 21:00 ALLE 22:15



stress...

attività fisiche atletico-
ricreative, riduciamo lo

« [CLICCA QUI MAGGIORI INFO](#) »



Pila Fitness Mat Work

Il Metodo Pila Fitness (detto anche semplicemente Pila Fitness) è un sistema di allenamento sviluppato all'inizio del 20° secolo da Joseph Pila Fitness...

« [CLICCA QUI MAGGIORI INFO](#) »



Personal Training

Il Personal Trainer è la figura professionale preposta a gestire in maniera individualizzata l'esercizio fisico di coloro che si avvicinano o praticano attività fisica...

« [CLICCA QUI MAGGIORI INFO](#) »



Spinning

Lo spinning è un'attività aerobica/anaerobica di gruppo su bicicletta fissa. Lo spinning è stato importato dagli Stati Uniti in Europa nel 1996...

« [CLICCA QUI MAGGIORI INFO](#) »

[homepage](#) [chi siamo](#) [i nostri corsi](#) [dove siamo](#) [newsletter](#) [area clienti](#) [contatti](#)

GYMNASIA Fitness S.S.D. a R.L. Piazza Perosi, 1 - 45100 Rovigo (RO) - P.IVA 01370250290

Telefono/FAX: 0425.33313 - E-Mail: staff@palestragymnasia.it